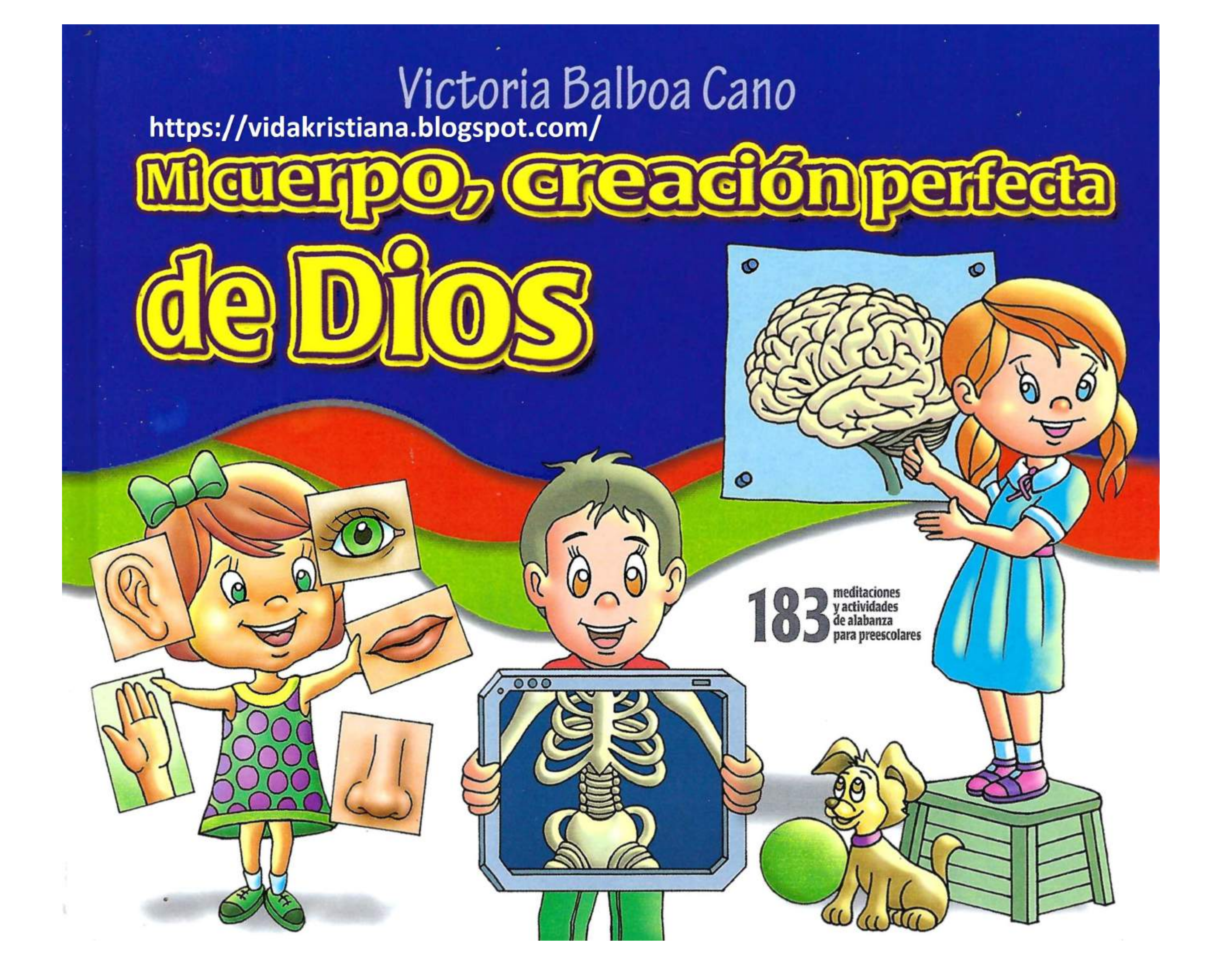

Victoria Balboa Cano
https://vidakristiana.blogspot.com/
Mi cuerpo, creación perfecta
de Dios
183 meditaciones
y actividades
de alabanza
para preescolares


https://vidakristiana.blogspot.com/
Abril
"VIDA CRISTIANA"
VK

Las partes de mi corazón

Versículo: «Ama al Señor tu Dios con todo tu corazón»
Marcos 12: 30

EL CORAZÓN ES UN ÓRGANO VITAL EN TU VIDA, pues sin él no puedes vivir. Tu corazón está dividido en dos partes: **parte derecha y parte izquierda**, separadas cada una por una **pared celular**. Cada parte se divide en dos: las partes de arriba se les llama **aurículas**; las de abajo, **ventrículos**. También, tiene cuatro **válvulas**, que funcionan como puertas que se abren para dejar salir la sangre; y que se cierran, para impedir que regrese.

El corazón es un músculo, que a diferencia de los demás, realiza **movimientos involuntarios**, es decir, se mueve y trabaja sin que tengas que pen sarlo. Dios lo formó con esas características especiales pues sabía que tu cuerpo lo requiere así, para su buen funcionamiento.



Actividad: Con ayuda de mami dibuja, colorea, recorta y, coloca el corazón, en el lugar correspondiente de la silueta de cartón.



Oración: Querido Padre, gracias porque creaste mi corazón con un excelente funcionamiento.

Malestar para mi corazón

Versículo: «No abrigues en tu corazón odio contra tu hermano»
Levítico 19: 17

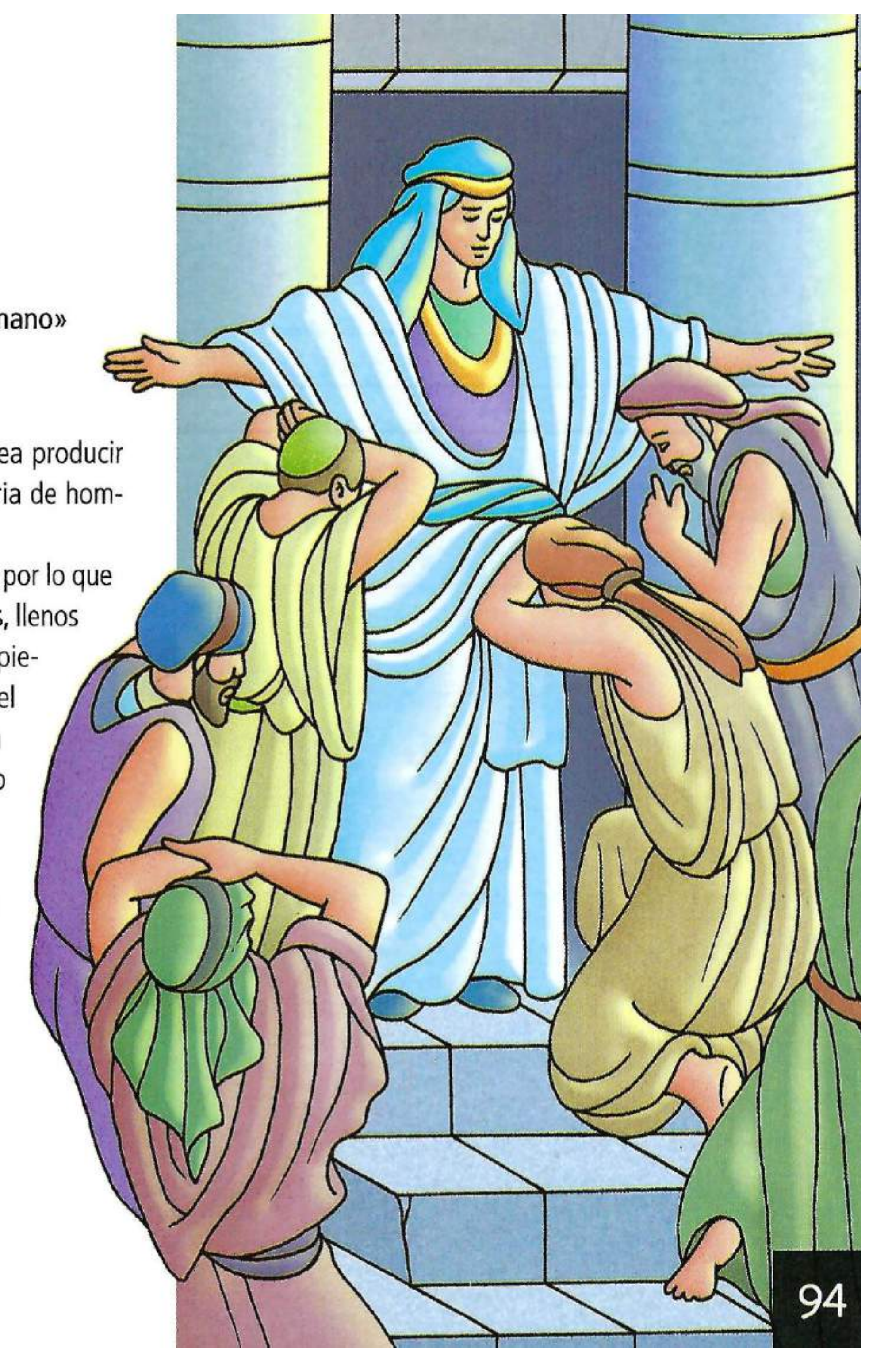
¿SABES QUÉ ES EL ODIO? Es un sentimiento malo que desea producir un mal o daño a una persona. La Biblia cuenta una historia de hombres que tuvieron odio. ¿Quieres conocerla?

José tenía 11 hermanos. Él era un niño obediente a su padre, por lo que se convirtió en el consentido de él. Un día diez de sus hermanos, llenos de odio por él, lo vendieron como esclavo, sin que su padre lo supiera, pues inventaron una historia para que no se diera cuenta del mal proceder de ellos. Sin embargo, José no los odió por esa mala acción, por el contrario, José los perdonó y los ayudó, cuando logró reunirse nuevamente con ellos.

El odio daña tu corazón, lo enferma y trae amargura. Dios desea que lo deseches de tu corazón para que seas un gran hijo de él.

Actividad: Moldea con plastilina corazones de diversos tamaños.

Oración: Querido Padre, ayúdame a no tener odio en mi corazón.





Dios mira el corazón

Versículo: «El hombre se fija en las apariencias, pero yo me fijo en el corazón» 1 Samuel 16: 7

¿TE GUSTAN LAS HISTORIAS DE REYES? Hoy conocerás cómo fue elegido el rey David.

Dios envió al profeta Samuel a la casa de Isaí, pues uno de sus hijos sería el próximo rey. Entonces, comenzó el desfile de los muchachos. Cuando el profeta vio a Eliab, el hijo mayor, grande de estatura y quizás muy fuerte, pensó que era el elegido de Dios. Sin embargo, Dios lo reprendió, le enseñó que Dios no mira la apariencia física de un hombre, Dios mira el corazón. Él ve si la persona es bondadosa, generosa, obediente, respetuosa. Mira los sentimientos que tenemos dentro de nosotros. Fue así que Dios le indicó a Samuel que el escogido para ser rey, era el hijo más pequeño de Isaí, David, un simple pastor de ovejas, pero con un gran corazón.

Actividad: Haz una corona de papel y juega a ser rey o reina.

Oración: Querido Padre, ayúdame a tener un corazón noble y puro.

Un corazón bueno

Versículo: «Tú conoces las intenciones y el corazón del hombre»
1 Reyes 8: 39

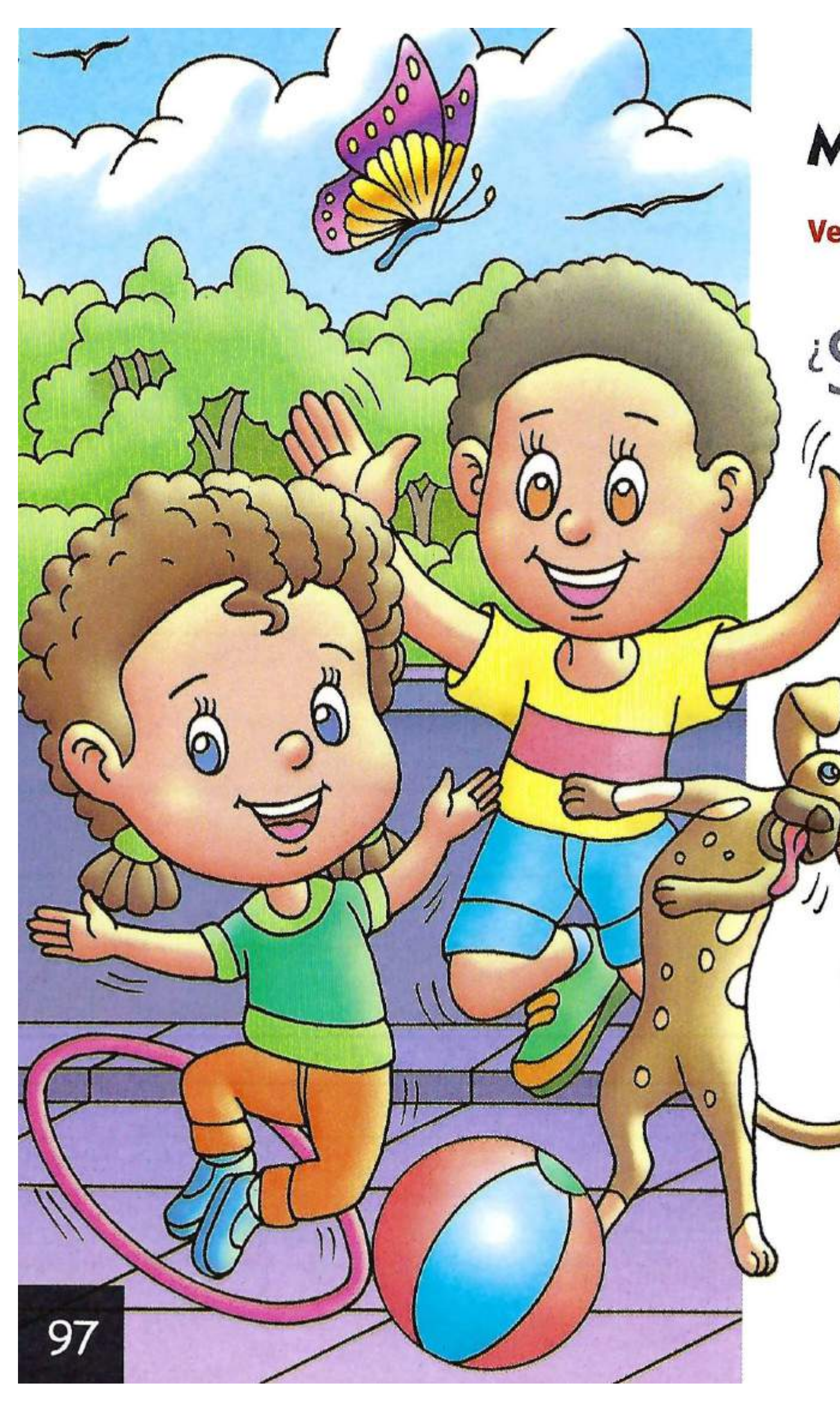
David fue elegido por Dios para ser rey por tener un corazón bueno. Tú te preguntarás ¿cómo puedo tener un corazón bueno? La Biblia, la pa labra de Dios, menciona muchos consejos valiosos para tu vida, entre ellos, las pautas para un excelente corazón:

1. Guardar en tu corazón los diez mandamientos. Así, no olvidarás nunca las enseñanzas de Dios y tendrás mucha vida llena de felicidad. (Proverbios 3: 1-2)
2. Ser un niño obediente a Dios, a tus padres y tus maestros. No seas rezongón. Cumple con lo que te indican para que tengas un corazón sabio. (Proverbios 10: 8)
3. Practica el amor y menciona siempre la verdad. Dios verá con agrado tu corazón y tu nombre será de gran valor pa ra las personas que te rodean. (Proverbios 3: 3-4)

Actividad: Realiza un separador de libro en forma de corazón y escribe el versículo de hoy.

Oración: Querido Padre, ayúdame a seguir tus consejos para tener un corazón bueno.





Medicina para tu corazón

Versículo: «Buen remedio es el corazón alegre, pero el ánimo triste resta energía» Proverbios 17: 22

¿SABES QUÉ ES LA ALEGRÍA? Es una emoción que provoca felicidad, risa, bienestar. Por el contrario del odio y la tristeza, que provocan malestar y enfermedad, la alegría es una medicina eficaz para que tu cuerpo y corazón estén sanos.

Científicos reconocen que la alegría tiene muchos beneficios:

1. Las personas felices viven más tiempo que las personas tristes.
2. Estar alegres aun cuando estás enfermo, permite que tu cuerpo sienta menos dolor.
3. Cuando sonríes 35 músculos se ejercitan, lo que permite que sean más fuertes.
4. Ser alegre te ayuda a ser positivo y lograr alcanzar tus metas y propósitos.
5. La alegría influye para que puedas dormir tranquilo durante la noche, pues te da paz y tranquilidad.
6. Los niños alegres alcanzan mejores notas de calificación.
7. La risa elimina los nervios y el cansancio y te permite afrontar mejor las dificultades.

Actividad: Inventa un canto utilizando el versículo de hoy.

Oración: Querido Padre, deseo ser un niño alegre.

Tipos de alegría

Versículo: «Llenas de alegría mi corazón» Salmos 119: 32

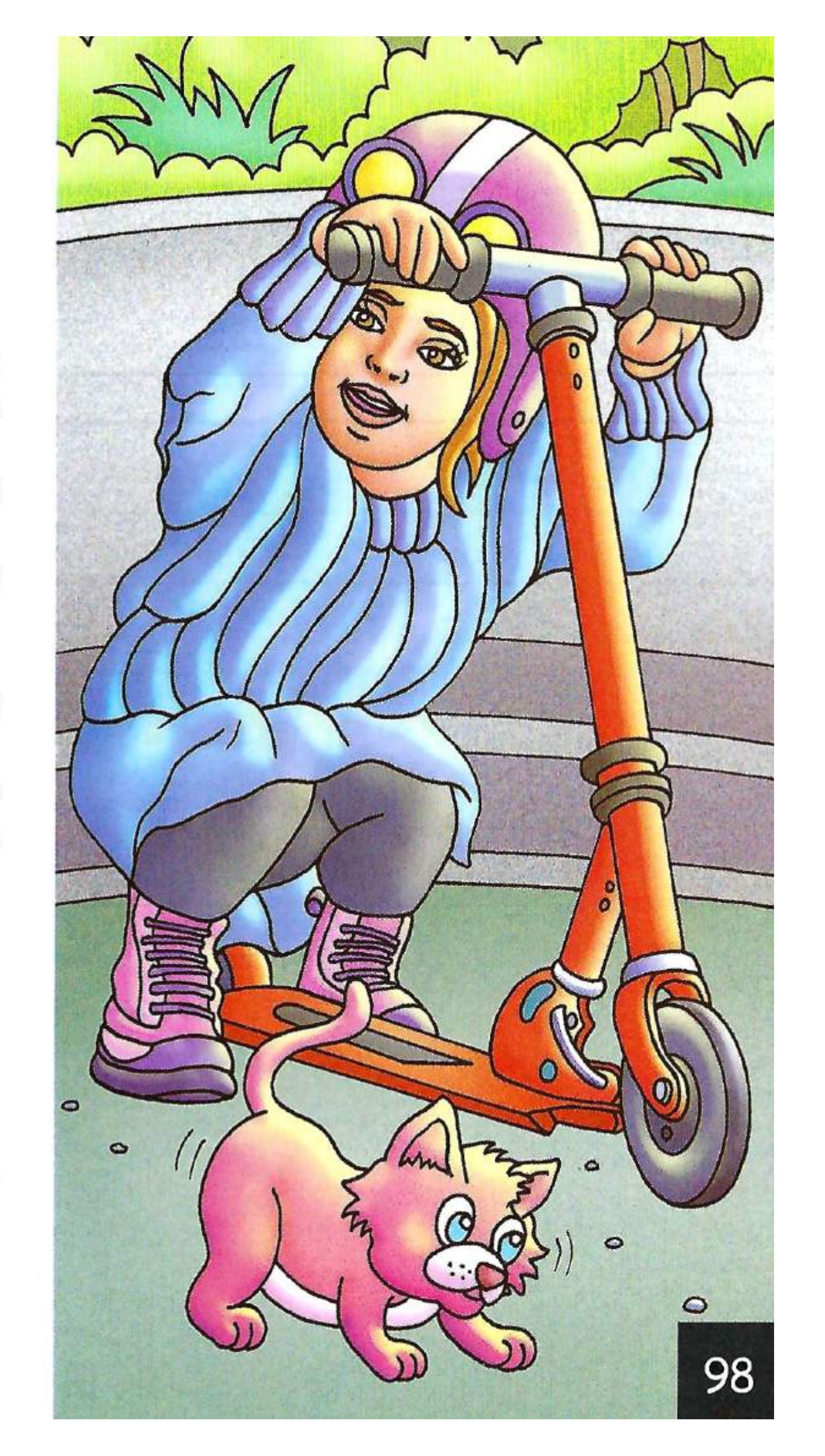
¿SABÍAS QUE HAY DIVERSOS TIPOS DE ALEGRÍA? PRESTA ATENCIÓN:

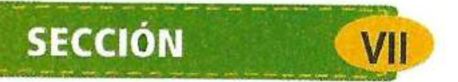
1. Alegría fingida: como su palabra lo dice, es falsa, pues solo se trata de simular alegría. Muchas personas la utilizan para tapar la triste za del interior de su corazón. Salomón menciona en proverbios 14:13 que esta risa no es buena, pues está vacía y llena de tristeza.
2. Alegría maligna: es la que se manifiesta cuando a otros le sucede algo malo. A Dios le desagrada que las personas se alegren de la tris teza de otras.
3. Alegría hilarante: significa causar risa y es la que sientes cuando te cuentan un chiste o te hacen cosquillas.
4. Alegría verdadera: Es la alegría correcta con la que Dios desea que llenes tu corazón, pues trae gozo y felicidad permanente en tu vida. Recuerda que esa alegría solo se da cuando obedeces y amas a Dios.

Actividad:

1. Investiga un personaje de la Biblia con alegría verdadera.
2. Canta "La alegría está en el corazón".

Oración: Querido Padre, lléname de alegría verdadera.





Sistema digestivo

Versículo: «Comen a su debida hora para fortalecerse»
Eclesiastés 10: 17

LOS ALIMENTOS QUE COMES necesitan ser transformados en sustancias nutritivas. Dios creó tu sistema digestivo para desempeñar esa función: descomponer los alimentos que ingieres y transformarlos en energía para tu cuerpo.

La transformación de los alimentos tiene tres etapas:

1. Digestión. Separa los alimentos nutritivos o buenos y los no nutritivos.
2. Absorción. Los alimentos nutritivos son absorbidos y pasan a la sangre para ser llevados a todo tu cuerpo.
3. Expulsión. Las sustancias sin nutrientes, son eliminadas de tu organismo.

Así como tu aparato digestivo absorbe y expulsa alimentos, Dios desea que tú elimines y expulses las malas acciones de tu vida, como la desobediencia, el enojo, los berrinches, los gritos y las malas palabras. Él quiere que absorbas y te alimentes de amor, paciencia, alegría, obediencia.

Actividad: Solicita a mami te mencione una lista de acciones. Responde si a cada acción, la eliminas o la introduces a tu vida.

Oración: Querido Padre, ayúdame a eliminar las malas acciones y absorber las buenas. Deseo ser como tu hijo Jesús.

Órganos del sistema digestivo

Versículo: «Los alimentos son para el estómago y el estómago para los alimentos» 1 Corintios 6: 13 (REINA VALERA CONTEMPORÁNEA)

¿CONOCES LAS PARTES DE TU CUERPO POR LAS QUE PASA LA COMIDA QUE INGIERES? Dios creó con distintas funciones cada órgano del sistema digestivo. Sin embargo, todos trabajan unidos en equipo para lo grar un buen funcionamiento:

1. Boca. Mastica los alimentos que entran y los empuja con la lengua a la faringe.
2. Faringe. Cavidad que conecta tu boca con el esófago.
3. Esófago: Tubo elástico largo que conduce los alimentos al estómago.
4. Estómago: Mezcla los alimentos con líquidos, para enviarlos al intestino.
5. Intestino delgado e intestino grueso. Con la ayuda de líquidos que llegan del páncreas y el hígado, los intestinos absorben las sustancias nutritivas de la comida y eliminan las que tu cuerpo no requiere.

Actividad: Haz equipo con tu familia y elaboren, en plastilina, el sistema digestivo. Observa cómo trabajan unidos para una misma meta. Así también lo hace tu sistema digestivo.

Oración: Querido Padre, gracias por los órganos de mi sistema digestivo.





Mastico los alimentos

Versículo: «Aún estaba la comida en su boca» Salmos 78: 30

DIOS CREÓ TU BOCA, EL PRIMER ÓRGANO DEL SISTEMA DIGESTIVO. Su función principal en esta área es moler y masticar los alimentos. Cuando tú observas un alimento, tu boca inmediatamente, produce saliva, el líquido que sientes dentro de tu boca. Cuando la comida entra, se mezcla con la saliva para ablandarla y ser más fácil de tragarla. Inmediatamente, los dientes empiezan a funcionar, cortando los alimentos para hacerlos más pequeños hasta triturarlos y machacarlos perfectamente bien. Es así como la comida se transforma en una masa muy suave llamada "bolo alimenticio", la cual la lengua empuja hacia atrás para pasarla a tu garganta o faringe, el siguiente órgano del sistema.

¿Sabías que debes masticar 40 veces cada alimento? ¡Sí, son muchas! Los encargados de la salud lo recomiendan, pues ayuda a que tu digestión sea mejor.

Actividad: Durante la comida, mastica 40 veces cada bocado, siente como se forma el bolo alimenticio.

Oración: Querido Padre, gracias porque puedo masticar los alimentos.

Conozco mi faringe

Versículo: «El único que hace grandes maravillas» Salmos 136: 4

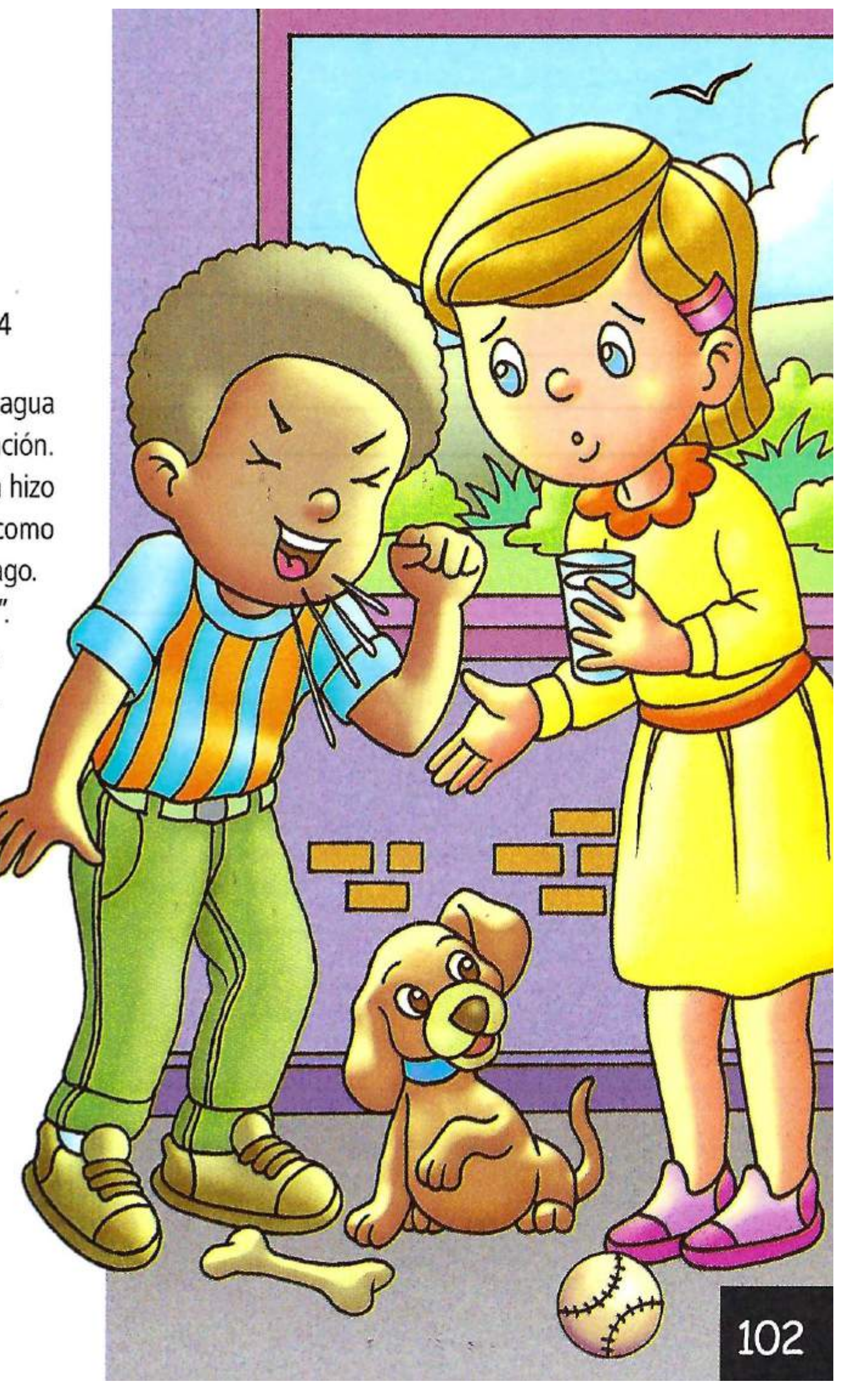
¿ALGUNA VEZ HAS BEBIDO MUY DE PRISA, comienzas a toser y el agua te sale por la nariz? ¿Por qué crees que sucede esto? Presta atención.

La faringe es una cavidad que se encuentra atrás de tu boca. Dios la hizo especial, pues ayuda en el sistema digestivo y en el respiratorio. Es como un conector doble, que une la nariz con la tráquea, y la boca con el esófago.

Dentro de la faringe hay una pequeña puerta llamada "epiglotis". Su función es cerrarse para evitar que los líquidos y los alimentos en tren a la tráquea, el tubo por donde pasa el aire que respiras, es decir, abre la puerta del paso de los alimentos para el esófago y, cierra la tráquea para que no se desvíen por ahí. Cuando tomas rápidamente agua, algunas veces la epiglotis no cierra rápidamente esa puerta, por lo que los líquidos pasan a la tráquea, regresan do por tu nariz.

Actividad: Con ayuda de mami dibuja, colorea, recorta y coloca, la faringe, en el lugar correspondiente de la silueta de cartón.

Oración: Querido Padre, gracias por mi faringe.





Conozco mi esófago

Versículo: «...estén llenos de salud»
Salmos 73: 4

¿ALGUNA VEZ TE HAS TIRADO DE UN TOBOGÁN ACUÁTICO? Es divertido sentir el agua por tu cuerpo y bajar rápidamente por el conducto. El esófago es parecido a un tobogán que conduce y baja los alimentos hasta el estómago. Es un tubo largo de aproximadamente 20 a 25 cm en las personas adultas como papi o mami.

A diferencia del tobogán, tu esófago no tira agua. Entonces... ¿cómo pasa la comida por el tubo sin quedarse atorado en alguna parte? La respuesta es muy sencilla. Dios colocó músculos en el esófago para que se muevan sin que tú lo pienses, empujando así la comida por todo el trayecto. Este movimiento se llama "peristalsis" y es así como el alimento puede llegar hasta tu estómago.

Actividad: Con ayuda de mami dibuja, colorea, recorta y coloca, el esófago, en el lugar correspondiente de la silueta de cartón.

Oración: Querido Padre, gracias por mi esófago.

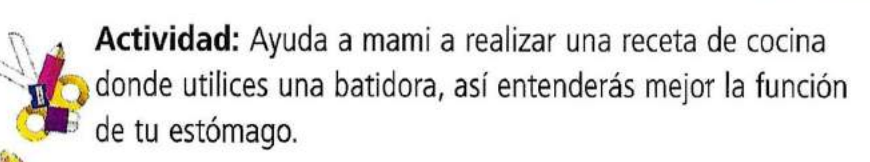
Una batidora en mi cuerpo

Versículo: «Pues él apaga la sed del sediento y da abundante comida al hambriento» Salmos 107: 9

¿CONOCES LA BATIDORA DE COCINA? ¿Has visto a mami utilizarla? Tu estómago es como una batidora. Los "bolos alimenticios" bajan por el tobogán del esófago y llegan al estómago. Aquí, el estómago les agrega un líquido llamado "jugo gástrico" y entonces, comienza a moverse para mezclarlos muy bien, como una batidora, transformándolos en una papilla llamada "quimo". Quizás alguna vez has observado la papilla con la que alimentan a los bebés. Pues así tu estómago, bate y transforma los alimentos.

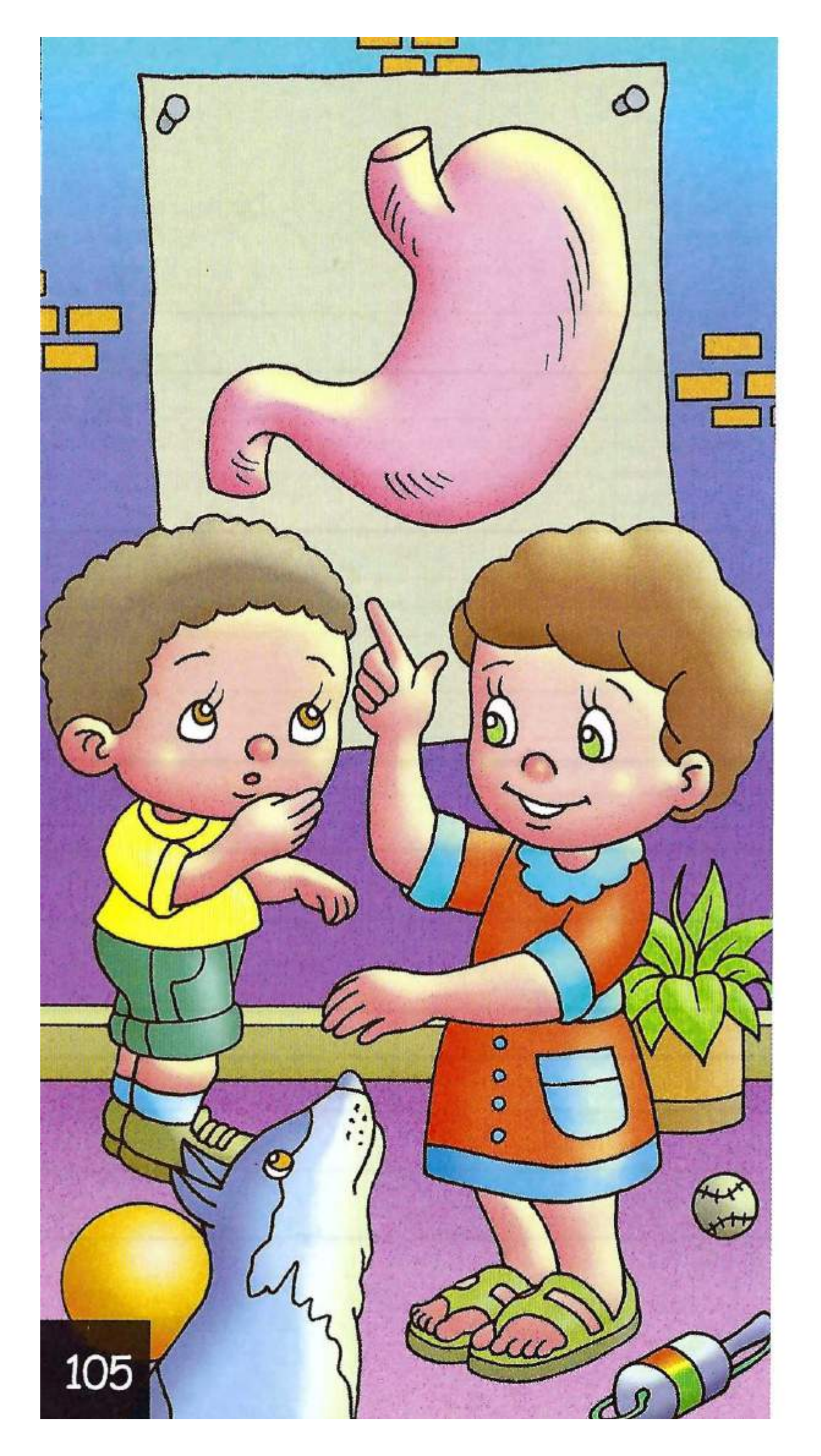
Dios hizo tu estómago con tres funciones específicas:

1. Almacenar toda la comida que le llega.
2. Descomponer los alimentos en una papilla casi líquida, quimo.
3. Pasar el quimo lentamente al intestino delgado, el siguiente órgano del sistema digestivo.



Actividad: Ayuda a mami a realizar una receta de cocina donde utilices una batidora, así entenderás mejor la función de tu estómago.

Oración: Querido Padre, gracias por mi estómago.



Conozco más de mi estómago

Versículo: «... el que come de todo no debe menospreciar al que no come ciertas cosas» Romanos 14: 3

EL ESTÓMAGO SE ENCUENTRA EN LA PARTE ALTA DE TU ABDOMEN y tiene forma de una bolsa o saco elástico, pues aumenta o disminuye su tamaño según la cantidad de alimento que le llegue. Tiene dos aberturas o puertas. La primera puerta es por donde entran los alimentos y se llama "cardias". La segunda, es la puerta de salida llamada "píloro" y es la que conduce los alimentos al intestino delgado.

¿Alguna vez has escuchado que tu estómago hace ruidos? La razón por la que escuchas esos sonidos es porque las 4 capas de músculos del estómago se mueven para mezclar y batir perfectamente la comida. Los alimentos pasan aproximadamente de 3 a 4 horas en tu estómago y posteriormente pasan al intestino.

Actividad: Con ayuda de mami dibuja, colorea, recorta y coloca, el estómago, en el lugar correspondiente de la silueta de cartón.

Oración: Querido Padre, gracias por el extraordinario funcionamiento de mi estómago.

Cuido mi estómago

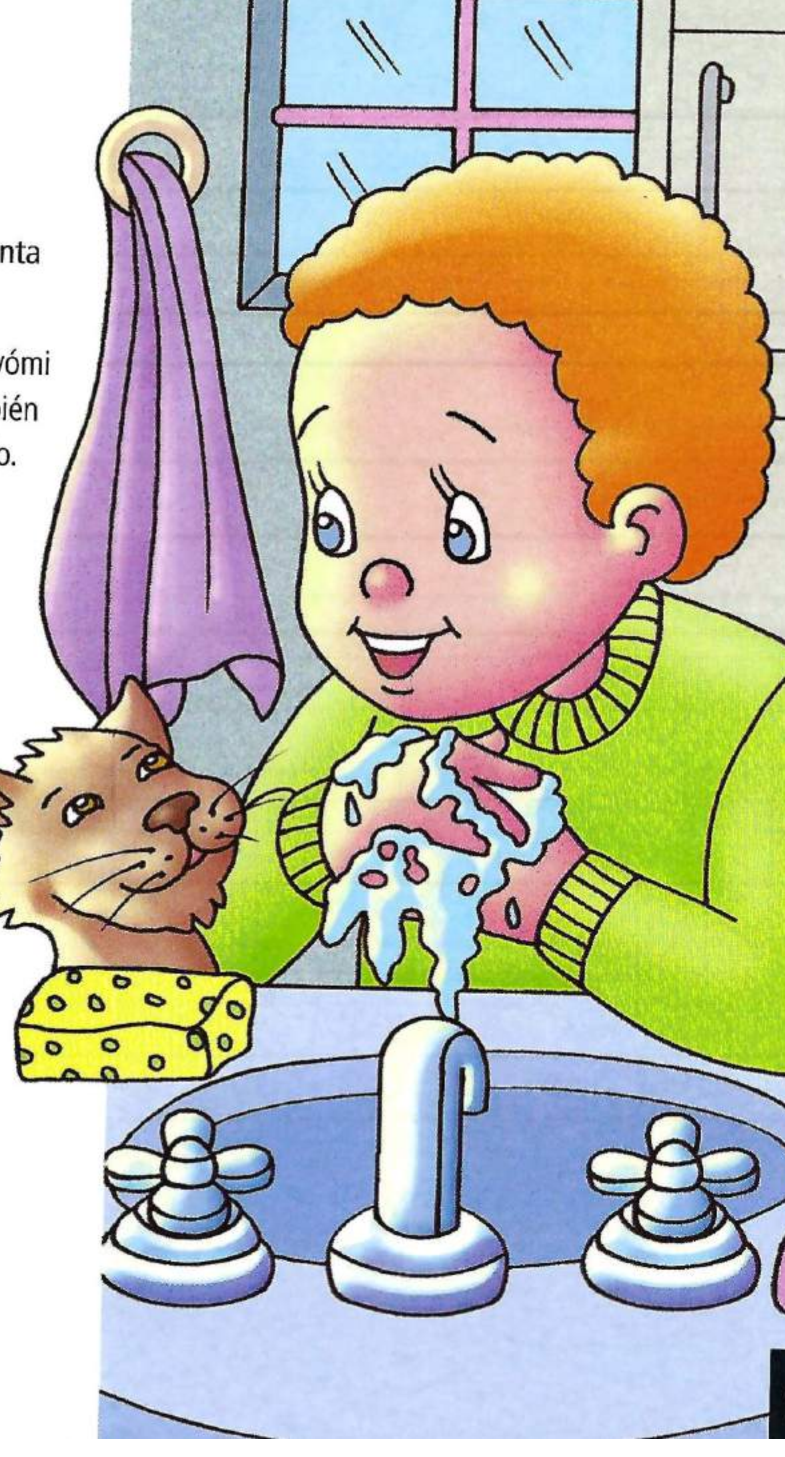
Versículo: «Pues nadie odia su propio cuerpo, sino que lo alimenta y lo cuida» Efesios 5: 29

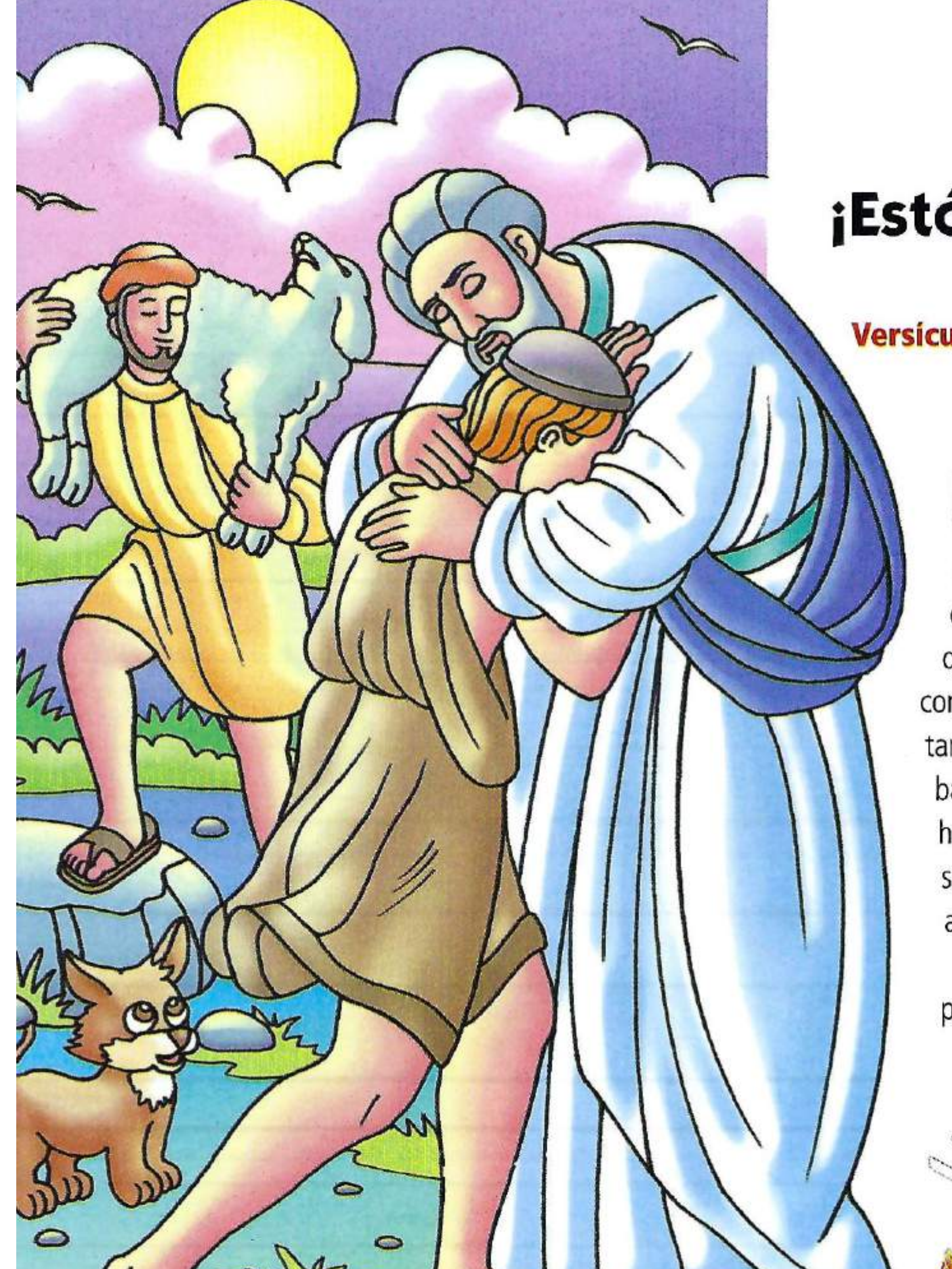
¿ALGUNA VEZ HAS TENIDO DOLOR DE ESTÓMAGO, náuseas o vómitos? Seguramente tu respuesta fue sí, pues tu estómago también se enferma. Dios requiere que tú contribuyas a cuidarlo y protegerlo. Presta atención a las siguientes recomendaciones:

1. Lava tus manos antes de comer, así evitas que microbios entren a tu cuerpo y causen malestar en tu estómago.
2. Come despacio y mastica bien los alimentos.
3. Cepilla tus dientes después de cada comida.
4. Aliméntate correctamente con frutas y verduras, evita la comida chatarra.
5. Evita tomar líquidos muy fríos o muy calientes.
6. No ingieras alimentos que causen irritación a tu estómago, como el chile.
7. Toma suficiente agua.
8. El miedo, los berrinches y la ira afectan a tu estómago provocando muchas veces el vómito. ¡No los practiques! Por el contrario, pon tu confianza en Dios y practica la serenidad.

Actividad: Practica las recomendaciones anteriores.

Oración: Querido Padre, ayúdame a cuidar mi estómago.





¡Estómago con hambre!

Versículo: «Tú eres nuestro padre» Isaías 64: 8

UN PADRE TENÍA DOS HIJOS. Un día, el menor, le pidió le diera el dinero que le correspondía por ser su hijo. El padre se sintió triste, pero le dio lo que solicitó. El joven se fue a una ciudad y gastó todo el dinero en fiestas y falsos amigos y, cuando quedó solo, triste y sin dinero, buscó un trabajo, pero lo único que consiguió, fue cuidar cerdos en una granja. ¡Pobre muchacho! Tenía tanta hambre que quiso comer y llenar su estómago con las algarro bas que comían los cerdos. Entonces, se dio cuenta de lo mal que había actuado y decidió pedir perdón a su padre. Cuando regresó su hogar, su padre lo abrazó y lo perdonó. Se sintió feliz de tener a su amado hijo.

Dios es tu Padre amante. Siempre está listo para abrazarte y perdonarte cuando te arrepientes. Nunca dudes de su gran amor.

Actividad: Abraza a papi y mami. Pídeles perdón si los has ofendido.

Oración: Querido Padre, gracias por ser mi Padre. Ayúdame a ser un buen hijo.

¡Dentro de un estómago!

Versículo: «Jonás pasó tres días… dentro del pez» Jonás 1: 17

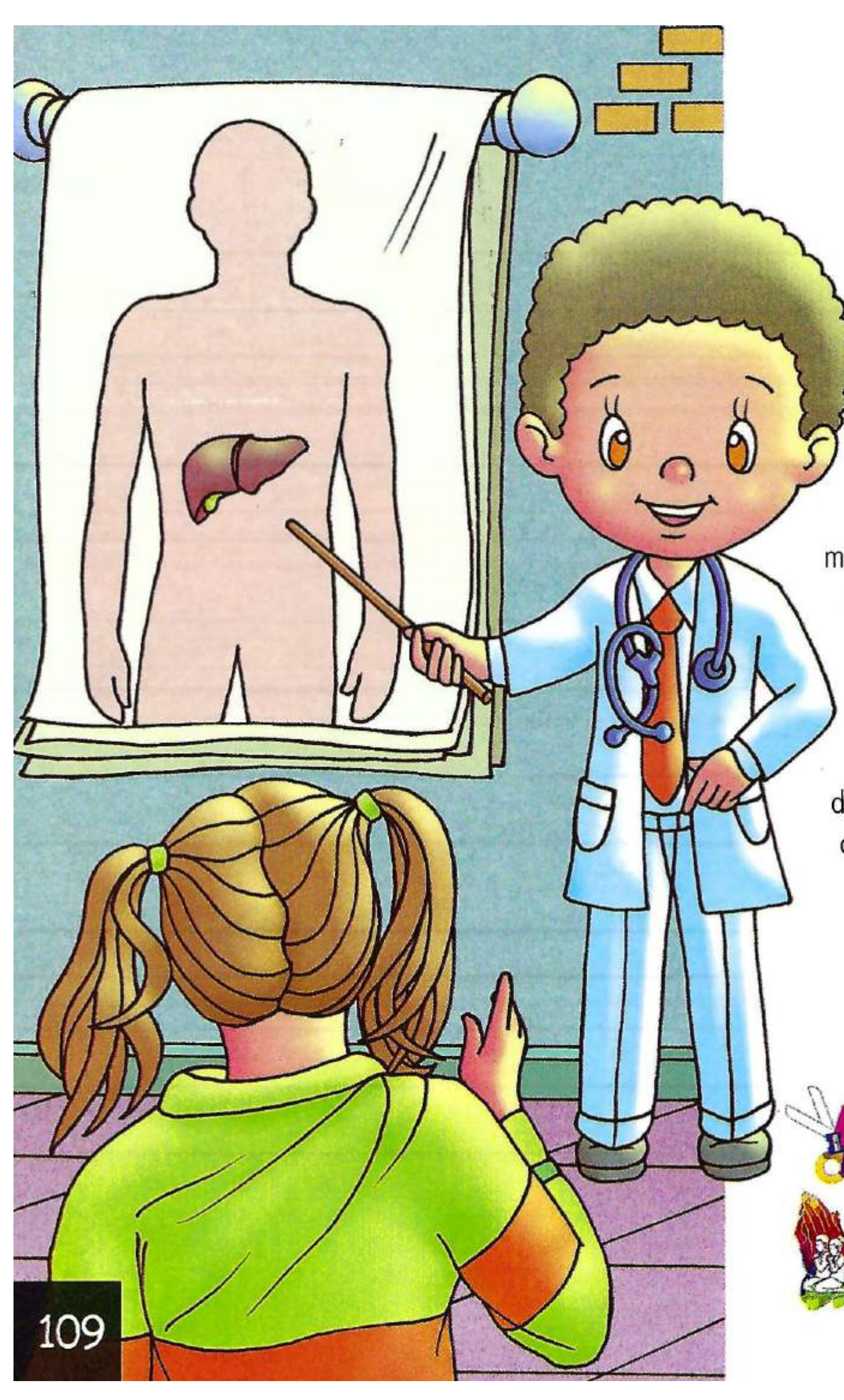
IMAGINA ESTAR DENTRO DEL ESTÓMAGO DE UN GRAN ANIMAL ¿cómo te sentirías alrededor de la comida descompuesta y los líquidos del estómago? ¡Qué terrible sería! Hoy conocerás la historia de un profeta desobediente que pasó por una situación así.

Dios le pidió a Jonás que fuera a Nínive y predicara, pero Jonás no quiso pues consideraba que eran personas malas. Entonces tomó un barco con dirección a otra ciudad. Ahí, una tormenta grande llegó. Los tripulantes tuvieron gran temor y echaron suerte para saber quién era el culpable de esa tempestad. La suerte cayó en Jonás y lo arrojaron al mar. Dios envió un gran pez para tragar a Jonás y mantenerlo a salvo dentro de su estómago. Arrepentido, Jonás pidió perdón a Dios por su mal proceder. Dios lo escuchó y después de tres días el pez vomitó a Jonás y éste predicó en Nínive.

Actividad: Juega con un barco de papel y dramatiza la historia.

Oración: Querido Padre, ayúdame a ser un niño obediente.





Conozco mi hígado

Versículo: «Disfruta del pan que comes»
Eclesiastés 9: 7

EL HÍGADO ES UN ÓRGANO QUE FORMA PARTE DEL SISTEMA digestivo. Se encuentra a tu derecha justo debajo de tus pulmones. Está dividido en dos partes; la más grande es la del lado derecho. Es de color rojo oscuro con forma triangular y es el órgano interno sólido más grande de tu cuerpo. Pesa aproximadamente, en un adulto, lo mismo que un perrito Chihuahua, 1,500 gr., y mide casi el tamaño de la regla larga que usas en la escuela, 25 a 28 cm. Dios creó tu hígado con muchas funciones. Una de ellas es ayudar a digerir y los alimentos, elaborando la "bilis", una sustancia que descompone las grasas de los alimentos, la cual la deposita en el intestino delgado para que este órgano continúe con el proceso.

Actividad: Con ayuda de mami dibuja, colorea, recorta y coloca, el hígado, en el lugar correspondiente de la silueta de cartón.

Oración: Querido Padre, gracias por mi hígado.

Conozco mi páncreas

Versículo: «Dios nos formó… y nos dio vida» Job 31: 15

EL PÁNCREAS ES UNA GLÁNDULA LARGA Y PLANA que contribuye en la digestión de los alimentos, pues es el encargado de segregar el jugo pancreático en el tubo digestivo. ¿Sabes dónde se encuentra ubicado? Difícilmente lo sabrás pues no es tan común mencionar su nombre. Está situada abajo y atrás de tu estómago. Es de color rosa y mide entre 12 y 15 cm en las personas adultas.

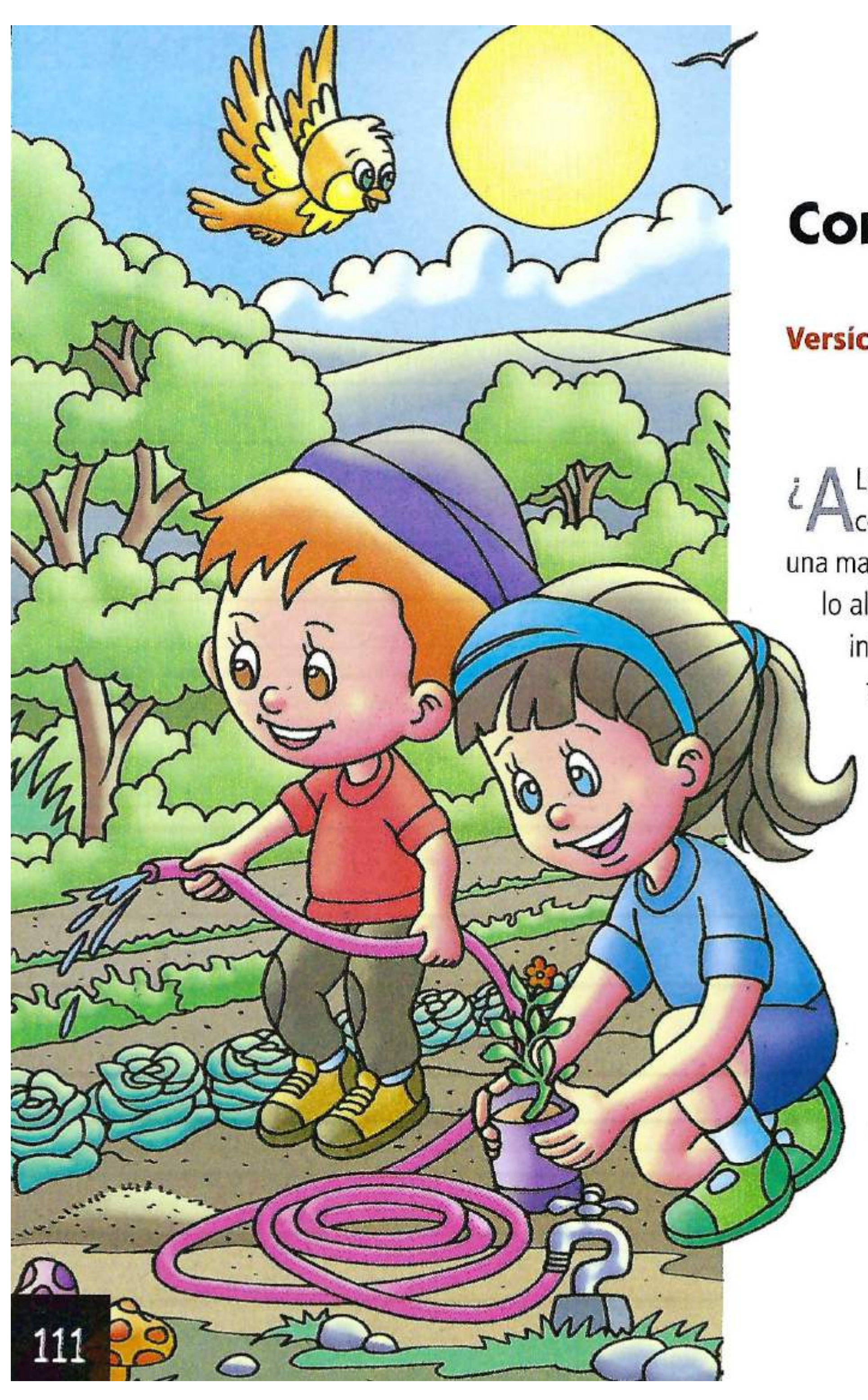
Tu páncreas pareciera tener una forma de un gusanito u oruga con la cabeza hacia abajo. Dios lo creó y dividió en tres partes muy fáciles de aprender:

1. Cabeza: Es llamada así por ser la parte más gruesa y se encuentra situada a la derecha.
2. Cuerpo: Es la parte media y es alargada.
3. Cola: Es la parte más delgada y está a la izquierda.



Actividad: Con ayuda de mami dibuja, colorea, recorta y coloca, el páncreas, en el lugar correspondiente de la silueta de cartón.

Oración: Querido Padre, gracias por mi páncreas.



Conozco mis intestinos

Versículo: «Reconozcan que el Señor es Dios; él nos hizo»
Salmos 100: 3

¿ALGUNA VEZ HAS AYUDADO A MAMI a regar las plantas del jardín con una manguera? El órgano interno que conocerás hoy es como una manguera, los intestinos. Miden aproximadamente entre 5 y 7 metros, lo alto de una casa con dos pisos. ¿Tan largo son? ¡Sí! Son los órganos internos más largos. No los puedes ver porque se encuentran perfectamente enrollados dentro de tu vientre. Pero, si pudieras sacarlos y extenderlos, observarías lo largo y maravillosos que son pues Dios los creó.

Los intestinos están divididos en dos partes:

1. Intestino delgado. Es como una manguera muy larga pero más delgada.
2. Intestino grueso: Es como una manguera corta pero más gruesa.

Actividad: ¿Te gusta jugar con agua? Hoy utiliza una manguera con agua para regar las plantas con tu familia y recordar la forma de los intestinos. Al terminar, midan 7 metros para observar lo largo que son los intestinos.

Oración: Querido Padre, gracias por mis intestinos.

Intestino delgado

Versículo: «¡Denle gracias, bendigan su nombre!»
Salmos 100: 4

¿ALGUNA VEZ HAS PUESTO CREMA EN TUS MANOS? ¿Has observado cómo la crema se absorbe y desaparece de tu piel? El intestino delgado hace una función parecida, pues absorbe los nutrientes de los alimentos. Presta mucha atención.

Los alimentos llegan mezclados por el estómago, pero el intestino los mezcla aún más. Para ello, le ayudan sus amigos el páncreas, el hígado y la vesícula biliar, enviándole líquidos o jugos que contribuyen a procesar mejor los alimentos. Después de esto, los vellos que están dentro del intestino, absorben los alimentos buenos para enviarlos a la sangre y nutrir todo tu cuerpo. Los alimentos que quedan y no son nutritivos, el intestino delgado los envía al intestino grueso.

Recuerda que Dios creó todo tu cuerpo y el desea que absorbas lo que te beneficie en tu vida y elimines lo que te perjudique.



Actividad: Coloca crema en tus manos y observa cómo se absorbe.

Oración: Querido Padre, gracias por mi intestino delgado.



Intestino grueso

Versículo: «El es quien perdona todas tus iniquidades,
El que sana todas tus dolencias» Salmos 103 :3

EL INTESTINO DELGADO absorbe los alimentos buenos y pasa los alimentos restantes, los que no nutren tu cuerpo, al intestino grueso. Cómo su nombre lo indica, el intestino grueso es un tubo grueso. Puedes compararlo con una manguera gruesa, como la que usan los bomberos para apagar los incendios.

Tu intestino grueso está dividido en tres partes: ciego, colon y recto. Dios lo creó para realizar funciones importantes:

1. Convertir los últimos desechos de los alimentos, en heces.
2. Expulsar las heces, por el ano. Así tu cuerpo desecha lo que no necesita dentro de él.

Día tras día, cada vez que ingieres alimentos, inicias el proceso de la digestión de los alimentos. Recuerda que el creador de tu extraordinario sistema digestivo es Dios, tu Padre celestial.

Actividad: Con ayuda de mami dibuja, colorea, recorta y coloca, el intestino delgado y el intestino grueso, en el lugar correspondiente de la silueta de cartón.

Oración: Querido Padre, gracias por mi intestino grueso.

Enfermo de los intestinos

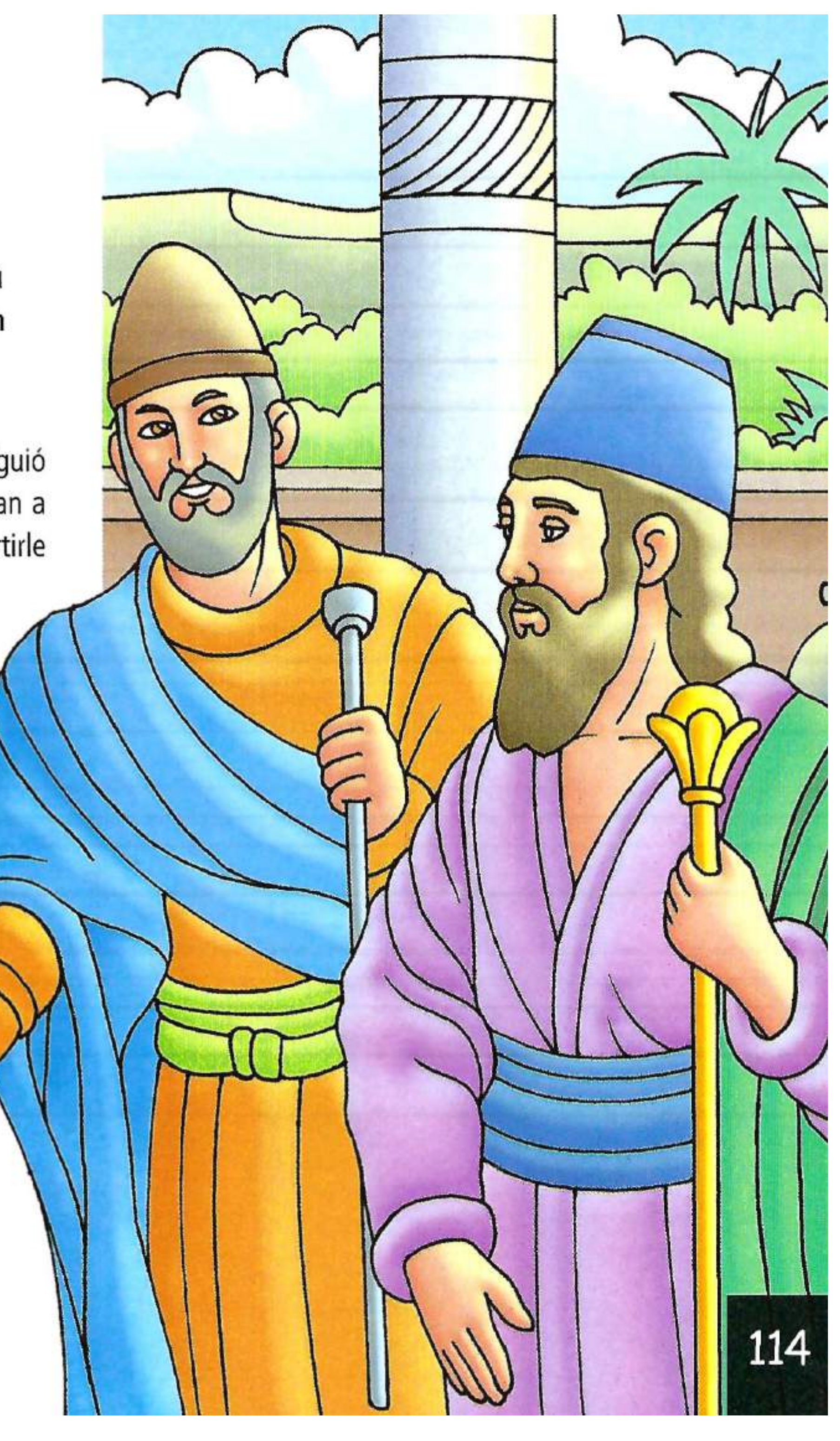
Versículo: «Mas a Jehová vuestro Dios serviréis, y él bendecirá tu pan y tus aguas; y yo quitaré toda enfermedad de en medio de ti» Éxodo 23: 25

JORÁM FUE HIJO DEL BUEN REY JOSAFAT, sin embargo, Joram no siguió el buen ejemplo de su padre, pues hizo cosas malas que desagradan a Dios. Por tal motivo, el profeta Elías, le escribió una carta para advertirle que, si continuaba con su mal proceder, tendría consecuencias de sagradables. Joram no se arrepintió ni cambió su comportamiento. Entonces, le sobrevino una enfermedad de los intestinos, y un final triste. Jamás se acordó que Dios podía sanarlo, pues se apartó de sus mandatos y se alejó de él.

Todas las historias de la Biblia tienen grandes enseñanzas. En la historia de hoy debes aprender que la desobediencia causa tristeza y dolor. Recuerda también que Dios nos perdona y es tá siempre dispuesto a ayudarnos cuando se lo pedimos. Él tie ne poder sobre toda enfermedad. Acude siempre a Jesús. Él te ama y desea verte feliz.

Actividad: Juega con tu familia al doctor y a los enfermos.

Oración: Querido Padre, gracias porque aprendo lecciones a través de tu palabra.



SECCIÓN VIII

Sistema nervioso

Versículo: «Yo conozco hasta el fondo de la ment»
Apocalipsis 2: 23

DIOS CREÓ TU SISTEMA NERVIOSO para permitirte relacionarte con tu entorno, pues es el que recibe la información del exterior a través de los cinco sentidos y la interpreta, enviando mensajes a todo tu cuerpo, a través de los nervios, para que cada parte u órgano realice la función o responda con una acción que se requiera hacer. Por ejemplo, cuando tú escuchas un sonido muy fuerte, rápidamente tus manos se colocan en tus oídos para taparlos y no escuchar. Esto se debe porque el sonido del exterior entró por tu sentido auditivo a tu sistema nervioso, el cual interpretó la información: ¡ruido tormentoso! Entonces, envía una orden a tus manos para realizar una acción: tapar el conducto auditivo para no escuchar los ruidos desagradables que te están molestando. Es así como tu sistema nervioso funciona y dirige todo tu cuerpo.

https://vidakristiana.blogspot.com/

Actividad: Observa un video para niños del sistema nervioso.

Oración: Querido Padre, gracias por mi sistema nervioso.

Sistema controlador

Versículo: «... un hombre perfecto, capaz de controlar todo su cuerpo» Santiago 3: 2

TU SISTEMA NERVIOSO ES EL CONTROLADOR DE TODO TU CUERPO. Puedes compararlo como un entrenador de futbol que dirige a todo el equipo, dándole órdenes de la función que cada integrante debe hacer durante un partido. Así es tu sistema nervioso, pues le indica a todos los sistemas y partes de tu cuerpo lo que tienen que hacer. Le ordena al corazón latir y bombear la sangre; regula la respiración cuando corres o caminas; manda a los músculos moverse en la dirección que se requiera; le indica a tu estómago mezclar y digerir los alimentos; calcula la distancia y la fuerza con que avientas una pelota.



Actividad: Juega con tu mami al juego "Simón dice". Tu mami dirá algunas órdenes y tú deberás ejecutarlas. Ejemplo: Simón dice que corras. Simón dice que toques tu cabello. Recuerda que, así como tu mami te ordena, el sistema nervioso también lo hace con tu cuerpo.

Oración: Querido Padre, gracias porque mi sistema nervioso controla mi cuerpo.



Nervios, mensajeros veloces

Versículo: «Me vestiste de piel y carne, me tejiste con huesos y nervios» Job 10: 11

EL SISTEMA NERVIOSO ESTÁ CONFORMADO POR 86 NERVIOS que recorren todo tu cuerpo. Son como cordones muy delgados. Actúan como líneas telefónicas entre tu cerebro y todas las partes de tu cuerpo. Cuando el cerebro recibe una información, rápidamente la comunica al cuerpo utilizando los nervios como mensajeros extremadamente veloces.

Por ejemplo, cuando quieres comer pizza llamas por teléfono a la pizzería y rápidamente te la envían. Parecido es el cerebro con los nervios. Si quieres mover tu mano el cerebro utiliza los nervios para llamar a tus dedos e indicarles que se muevan. Obviamente lo hace tan rápidamente que ni cuenta te das. Dios diseñó perfecto tus nervios para comunicar tu cerebro con tu cuerpo.

Actividad: Con ayuda de mami dibuja, colorea, recorta y coloca, el cerebro y un nervio, en el lugar correspondiente de la silueta de cartón.

Oración: Querido Padre, gracias por mis nervios.

Características de mi cerebro

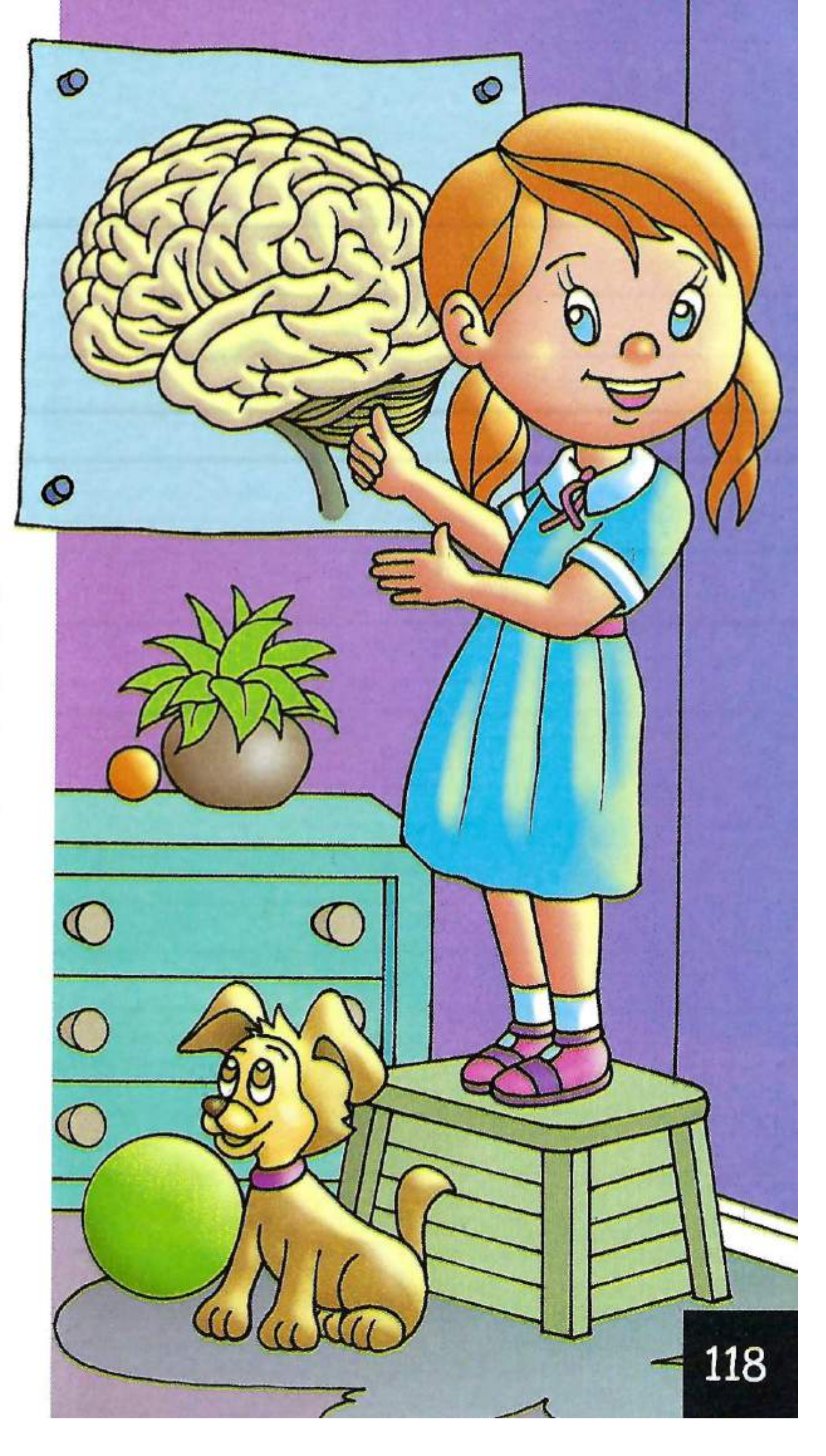
Versículo: «Aplica tu mente… a los conocimientos.»
Proverbios 23: 12

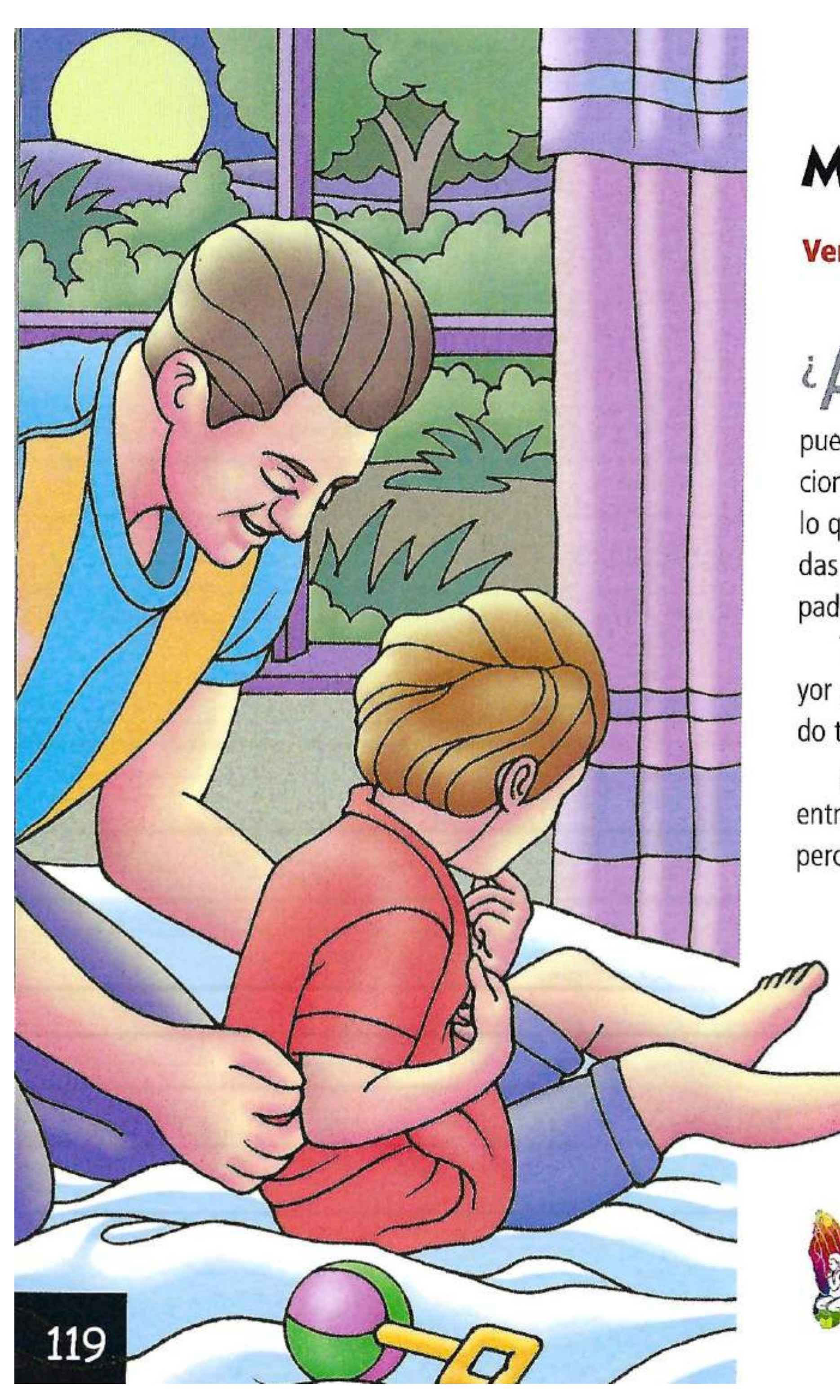
TU CEREBRO ES EL ÓRGANO MÁS IMPORTANTE DEL SISTEMA NERVIOSO. Se encuentra ubicado dentro de tu cabeza. Tiene forma como de una nuez grande de color gris pálido o rosáceo. Sin embargo, no tiene la dureza de la nuez, por el contrario, es blando como gelatina, pues en su mayor parte está compuesto por agua. Por esa razón, Dios protegió tu cerebro con los huesos duros y fuertes de tu cráneo, resguardándolo así de cualquier golpe que puedas tener por accidente. Pesa aproximadamente 1.2 – 1.4 kg. Se divide en tres partes:

1. Tallo cerebral: Es la base del cerebro. Regula la respiración, el sueño y el pulso cardiaco.
2. Cerebelo: Es el encargado del equilibrio y los movimientos de tu cuerpo.
3. Cerebro: Controla y dirige todo tu cuerpo, desde tus pensamientos hasta tus acciones como hablar, leer, etc.

Actividad: Con ayuda de mami escribe algunas palabras. Recuerda que quien le ordena escribir a tu mano, es tu cerebro.

Oración: Querido Padre, gracias por las partes de mi cerebro.





Mi cerebro

Versículo: «Ni siquiera de noche descansa su mente»
Eclesiastés 2: 23

¿ALGUNA VEZ TE HAS PREGUNTADO cómo puedes recordar lo que soñaste?, ¿cómo puedes memorizar versículos y no olvidarlos? o, ¿cómo puedes parpadear sin siquiera pensarlo? Tu cerebro realiza todas estas funciones, pues es el órgano dirigente de tu cuerpo. Regula y controla todo lo que haces. Cuando parpadeas tu cerebro mantiene las cosas iluminadas para que el mundo no se apague cuando cierras rápidamente tus párpados.

Tu cerebro nunca descansa, pues aun cuando duermes él trabaja. La mayor parte de la gente sueña entre una y dos horas todas las noches y, cuando te levantas tu cerebro tiene la capacidad de recordarlo.

¿Sabías que tú solo no puedes hacerte cosquillas? Tu cerebro distingue entre tu tacto y el de otra persona, por eso solo responde con risas cuando percibe el tacto de otro.

Actividad: Toca tu cuerpo y hazte cosquillas. Ahora solicita a mami te haga cosquillas y observa las diferencias.

Oración: Querido Padre, gracias por mi extraordinario cerebro.

Una computadora humana

Versículo: «Él… puso en la mente humana la idea de lo infinito»
Eclesiastés 3: 11

UNA COMPUTADORA ES UNA MÁQUINA en la que se guarda mucha información. Dios formó tu cerebro mucho mejor que cualquier computadora que conozcas.

1. Una computadora no puede permanecer siempre encendida, pues se calienta y rompe. Tu cerebro no se descompone, a sin embargo, necesita que respetes sus horas de descanso.
2. Una computadora tiene capacidad para almacenar información. Tu cerebro no tiene límite para almacenamiento, pues tiene una memoria infinita.
3. Una computadora realiza funciones por medio de programas específicos. Tu cerebro no necesita ningún programa para funcionar.
4. La información de una computadora no cambia. La información de tu cerebro se actualiza constantemente conforme vas adquiriendo conocimiento.
5. La computadora fue hecha por una persona, fue creada con la inteligencia humana. Tu cerebro fue creado por Dios, el creador y sustentador del mundo, el dador de la inteligencia y la sabiduría.



Actividad: Explora una computadora y sus programas.

Oración: Querido Padre, gracias porque creaste mi cerebro mejor que una computadora.



Funciones de mi cerebro

Versículo: «La mente inteligente busca el saber»
Proverbios 15: 14

DIOS CREÓ TU CEREBRO EXTRAORDINARIAMENTE. Ninguna máquina ha superado el cerebro humano. No solo está diseñado para dirigir tu cuerpo, también tu cerebro tiene otras funciones importantes que se desarrollan dentro de él:

- Imaginar, pensar, memorizar y razonar.
- Desarrollar la inteligencia y la creatividad.
- Manejar la atención y las emociones.
- Realizar habilidades matemáticas como una calculadora: sumar, restar, dividir, multiplicar, etcétera.
- Desarrollar y aprender habilidades musicales, como cantar y tocar instrumentos.
- Controlar el habla y aprender diversos idiomas para facilitar la comunicación.

Impresionante todo lo que puede hacer tu cerebro, sin embargo, hay un dato curioso. ¿Quieres conocerlo? Tu cerebro detecta dolor de cualquier parte de tu cuerpo, sin embargo, no puede sentir dolor en él mismo.

Actividad: Activa tu cerebro realizando algunas actividades:

1. Con ayuda de mami, resuelve una suma y una resta.
2. Memoriza un versículo.
3. Crea una alabanza a Dios.

Oración: Querido Padre, gracias por las funciones de mi cerebro.

Cuido mi cerebro

Versículo: «Cuida tu mente más que nada en el mundo, porque ella es fuente de vida» Proverbios 4: 23

¿HAS OBSERVADO NIÑOS MONTANDO BICICLETA CON CASCOS? Ellos usan casco para proteger su cerebro si se caen y se golpean. Otros deportes como el futbol americano, béisbol, patinaje, monopatín, karate, también lo usan como un medio de cuidado y protección.

Dios desea que tú cuides tu cerebro, pues de él depende tu vida. Presta atención a éstos otros consejos:

1. Duerme las horas necesarias y aliméntate sanamente para fortalecer tu memoria, tu aprendizaje y tus emociones.
2. Juega con tus amigos, socializar ayuda a tu cerebro a desarrollar habilidades cognitivas como el lenguaje y la psicomotricidad.
3. Evita utilizar pantallas como iPad, nintendo, televisión, pues saturan tus niveles de estímulos y posteriormente todo te parecerá aburrido.
4. Memoriza versículos y pasajes de la Biblia. Ayudará a tu cerebro a ser más inteligente.
5. Practica la salud mental y entrega tu vida a Jesús.

Actividad: Usa tu triciclo utilizando un casco para protegerte.

Oración: Querido Padre, ayúdame a cuidar mi cerebro.

